بسم الله الرحمن الرحیم

کارگاه

مطالعه موفق حوزوی

جهت تدریس کارگاه روش مطالعه برای طلاب پایه ۱

به قلم

عبدالرضـــــــا علیه‌السلام

محمد امیر حمیدی‌فر

ویرایش ۱ - پاییز ۱۴۰۲

فهرست مطالب

مطالعه موفق چیست؟

مقدمه

آیا شما هم هنگام مطالعه این نگرانی‌ها را دارید؟

می خوانم، امّا یاد نمی گیرم!

هنگام مطالعه حواسم پرت می‌شود!

هنگام مطالعه، زود خسته می شوم!

بعد از مطالعه چیزی یادم نمی‌آید!

هنگام امتحان موفق نیستم!

هنگام مباحثه مطالب خوب یادم نمی‌ماند!

اگر جواب مثبت است؛ پس شما مخاطب کارگاه ما هستین.

تعریف مطالعه

اولین سوالی که باید به آن بپردازیم باید ببینیم که مطالعه چیست. ما کاری به معنای لغوی آن نداریم. بیایید به حقیقت اتفاقی که در مطالعه می افتد نگاه می‌کنیم. بنابراین مطالعه عبارت است از :

«**فعالیتی که در آن سعی می‌کنیم از طریق خواندن منابع مکتوب، دانشی بدست آوریم**».

مهم این است که بدانیم مطالعه نیز یک مهارت هست. اقسام و روش‌های گوناگونی دارد و برای اینکه یک خواننده حرفه‌ای بشویم بایستی سعی کنیم همهٔ این روش‌ها را یاد بگیریم.

اما ما در این کارگاه به دنبال «**روش مطالعه دروس حوزوی**» هستیم و بیشتر ناظر به این مبحث صحبت خواهیم کرد. لذا از مهارت‌هایی مانند تندخوانی بحث نخواهیم کرد.

اهمیت مطالعه

برای پاسخ به سوال از اهمیت مطالعه، بایستی ببینیم نقش آن در پازل حوزوی ما طلبه ها چیست. در اصل کسی که به ضرورت طلبگی رسیده باشد و هر چه مأموریت و رسالت طلبگی خود را بهتر و عمیق‌تر درک کرده باشد بهتر می‌تواند نقش مطالعه را در فرایند تحصیل حوزوی درک نماید. **مطالعه یک راه است برای کسب دانش‌های جدید و تکمیل دانش‌های قبلی**. این تکمیل گاهی به اصلاح و گاهی به تعمیق دانسته‌های ما می‌باشد. البته جای این سوال باقی است که ما چه دانسته‌هایی نیاز داریم و چه کار می‌خواهیم با آن انجام دهیم. پاسخ به این سوال مجال دیگر و کارگاه دیگری می‌طلبد!

شرایط مطالعه چیست؟

شرایط مهم است؛ اما اسیر شرایط نیستیم!

یکی از عواملی که در روند مطالعه علمی ما می‌تواند تأثیر مثبتی داشته باشد، فراهم کردن شرایط مناسب مطالعه است. البته یادمان نرود که بایستی به این سمت برویم که ما بر شرایط امیر باشیم و نه اینکه اسیر شرایط باشیم. اما خب انسان برای شروع خوب است که سعی کند از محیط‌هایی شروع کند که مزاحمت کمتری برای او دارد و وزنهٔ باشگاه خود را سبک انتخاب کند. وگرنه بزرگانی داریم که تحت هر شرایطی می توانند وظیفه علمی خود را انجام دهند و حتی در شلوغ ترین جاها هم تمرکز کافی برای کار علمی خود را دارند.

شرایط مطلوب:

۱. شرایط مکانی:

۱) آرام و بی سرو صدا بودن
۲) ساده و شلوغ نبودن مکان مطالعه
۳) خالی بودن میز مطالعه از عوامل بازدارنده
۴) هوای مناسب و تازه داشتن
۵) نور مناسب داشتن
۶) صحیح نشستن
۷) فاصله چشم و کتاب
۸) در دسترس بودن وسائل مطالعه

۲. شرایط زمانی:

۱) انتخاب زمان‌های ثابت و منظم
۲) انتخاب زمان مناسب
۳) بین مطالعه استراحت کنیم (۱۰/۵۰)
۴) زاپاس: پیش بینی زمان برای امور غیر منتظره

۳. شرایط فردی:

۱) نیت خود را مرور؛ چک و اصلاح کنیم
۲) با وضو بودن
۳) رو به قبله بودن

۴) خولندن دعای مطالعه (اللهم اخرجنی من ظلمات الوهم و اکرمنی بنور الفهم اللهم افتح علینا ابواب رحمتک و انشر علینا خزائن علومک برحمتک یا ارحم الراحمین)

۵) آرامش روانی

۶) تمرکز حواس

انواع مطالعه چیست؟

یکی از مطالعاتی که ما حوزوی ها به آن می‌پردازیم ، مطالعه درسی است. مطالعه درسی خود سه نوع دارد:

۱. پیش مطالعه (پیش از کلاس)
۲. پس مطالعه (پس از کلاس)
۳. مطالعه دوره‌ای

۱) پیش مطالعه:

پیش مطالعه در دو مرحله اتفاق می‌افتد:

۱. قبل از شروع کتاب (در ابتدای سال)

بایستی قبل از اینکه یک کتاب را شروع به مطالعه کنیم به صورت اجمالی مطالعه کنیم.

در فصل روش مطالعه به جزئیات این نوع مطالعه خواهیم پرداخت.

۲. قبل از تدریس استاد

قبل از اینکه استاد مطلبی را از کتاب تدریس کند طلبه بایستی آن مطلب را مطالعه کرده و سعی در فهم آن کند.

در فصل روش مطالعه به جزئیات این نوع مطالعه خواهیم پرداخت.

۲) پس مطالعه:

منظور مطالعه‌ای است که بایستی بعد از کلاس درس و تا قبل از جلسهٔ بعد انجام گردد. تفصیل و توضیح مراحل در فصل خود می‌آید.

۱. بلافاصله بعد از کلاس

۲. قبل از شروع کلاس بعدی

۳. مرور اجمالی قبل از مباحثه

۳) مطالعه دوره‌ای:

در این فصل تکنیک های مرور و برخی قوانین مربوط به حافظه انسان را می‌گوییم.ان شاءالله.

پیش مطالعه حوزوی چیست؟

روش پیش مطالعه:

قبل از شروع کتاب (در ابتدای سال)

در این نوع مطالعه بایستی قبل از این که سال تحصیلی شروع شود یا در اوایل سال کل کتاب با روش مطالعه اجمالی یعنی بین ۱۰۰۰ الی ۶۰۰۰ کلمه در دقیقه مطالعه شود. در این نوع مطالعه موارد زیر را باید شناسایی کرد:

۱) موضوع کتاب
۲) خواندن مقدمه و پیشگفتار
۳) سر فصل مطالب
۴) شناخت علام و رموزی که در کتاب استفاده کرده .
۵) شناخت سیر کلی که در کتاب قرار است اتفاق بیفتد.

قبل از تدریس استاد:

این نوع پیش مطالعه یکی از مهم‌ترین بخش‌های فرایند تحصیل حوزوی موفق می‌باشد. در این پیش مطالعه طلبه بایستی درسی که استاد قرار است فردا در کلاس بدهد قبل از کلاس پیش مطالعه کند به این روش که :

۱) پیش مطالعه قبل از تدریس استاد باشد (شب قبل یا قبل از کلاس)
۲) زمان پیش مطالعه ۱۰ الی ۱۵ دقیقه باشد.
۳) منبع پیش مطالعه متن درسی یعنی کتاب درسی است. (به شروح یا حواشی یا توضیحات اساتید دیگر رجوع نشود)
۴) چندین بار بخواند و سعی کند متن را بفهمد.
۵) جاهایی از درس را که متوجه نشده است علامت گذاری می‌کند تا در هنگام تدریس استاد خوب گوش دهد و ببیند استاد چطور مبحث را بیان می‌کند.
۶) جاهایی از درس را که متوجه شده است باید در فردا در کلاس چک کند ببیند برداشتش درست بوده است یا نه.
۷) سوال‌هایی که از متن به نظرش می‌رسد را یادداشت می‌کند تا در صورتی که ضمن درس استاد جواب سوال داده نشد از استاد بپرسد.

آثار و فواید پیش مطالعه:

۱) آشنایی با موضوع بحث

۲) اطلاع از نکات اصلی درس

۳) تقویت قدرت فهم متن های جدید

۴) تمرکز در کلاس درس

۵) طرح سوالات متعدد در مورد موضوع درس

ضررهای احتمالی پیش مطالعه

هر کار خوبی ممکن است در صورت استفاده نادرست از آن پیامدهای منفی نیز برای انسان داشته باشد. پیش مطالعه ممکن است برای یک طلبه مسائل و مشکلاتی ایجاد کند که البته با درایت و تیزبینی می‌تواند جلوی به وجود آمدن این مشکلات را بگیرد.

یکی از مسائلی که برای فردی که پیش مطالعه میکند ممکن است اتفاق بیفتد، کسل کننده بودن کلاس است. اگر طلبه‌ای پیش مطالعه موفق داشته باشد و کمی هم تیزهوش باشد، ممکن است این توهم برایش رخ دهد که از کلاس بی‌نیاز است و دیگر مطالب استاد برایش خسته کننده باشد. در صورتی که :

اولا بایستی بداند که احتمال اینکه در روند فهم مطالب برایش خللی پیش آمده باشد بسیار بالا هست. لذا دائما بایستی در صدد این باشد تا آنچه فهمیده است را با درس استاد تطبیق دهد و اشکالات احتمالی را شناسایی کند. علامه طباطبایی ره می‌فرماید که همه مطالب درس را شب قبل از درس حل می‌کردم، اما به کلاس میرفتم تا ببینم درست فهمیدم یا نه.

ثانیاً باید بداند که استاد بخاطر اشرافی که به مطالب آن علم و علوم دیگر دارد نکاتی در کلاس بیان خواهد کرد که در متن کتاب‌ها پیدا نمی‌شود و این مطالب را فقط با زانو زدن محضر استاد بایستی کسب کرد.

ثالثاً یک طلبه بایستی بداند که شرکت در کلاس درس و زانو زدن محضر استاد تنها به منظور یاد گرفتن چند خط سیاهه علمی نیست. بلکه یکی از مهم‌ترین وظایف استاد دست‌گیری از شاگرد و بیان نکات تربیتی است. چه بسیار اساتیدی که با سلوک و رفتار خود برای ما یک کلاس اخلاق عملی هستند. مسائل اخلاقی و معنوی از مطالعه کتاب درسی حاصل نمی‌شود بلکه احتیاج به دست‌گیری و راهنمایی‌های اساتید کاربلد و مهذب است.

پس مطالعه حوزوی چیست؟

پس مطالعه:

۱. بلافاصله بعد از کلاس

بعد از اتمام کلاس بایستی به مدت ۲ الی ۵ دقیقه تمام مطالبی که توسط استاد تدریس شده مرور شده و سعی کنیم که در ذهن خود دسته بندی کنیم. این مرور و دسته بندی به تثبیت مطالب در ذهن ما بسیار کمک می‌کند.

۲. قبل از شروع کلاس بعدی

این مرحله از مطالعه بایســتی بعد از تدریس اســتاد و تا قبل از مباحثه درس و قبل از شــرکت در کلاس بعدی انجام گردد. این مطالعه به منظور جمع‌بندی مطالب تدریس شـده و تعمیق آن‌ها و آمادگی جهت شـرکت در مباحثه انجام می‌گیرد. در این مرحله بایستی مطالب کتاب و جزوه استاد دقیق خوانی شود. در پایان مطالعه بایستی تمارین و تکالیف نیز انجام شود.

مراحل دقیق خوانی متن کتاب:

۱. **ســازمان دادن مطالب کتاب :** ســازمان دادن مســتلزم تعیین ســطوح مختلف مطالب از نظر معنی اســت، یعنی تعیین تز اصلی، نکات اصلی، جزئیات مطلب و همچنین تشخیص رابطه بین این سطوح مختلف و اجزای هر سطح. استفاده از سـازمان دادن منتج به فهمیدن بهتر مطالـب و یادآوری سـریعتر آنها می شـود، زیرا از طریق ســازمان دادن یادگیرنده نکات اصــلی و جزئیات را به عنوان اجزای یک کل یاد میگیرد، نه به صورت اطلاعات پراکنده.

أ. **تز اصلی:** در یک کتاب یا بخش یا فصلی از یک کتاب. تز اصلی بحث مؤلف، یک اندیشه کلی است که تمامی مطالب و نکات کتاب را در بر می‌گیرد. تز اصلی منعکس کننده اندیشه و مقصود اصــلی نویســنده اســت. معمولاً شــناســایی این تز از طریق یادگیری نکات اصــلی بهتر میســر می‌شـود. بیان صـحیح تز اصـلی یک کتاب یا یک بخش از یک کتاب مسـتلزم یک یا دو جمله است نه یک کلمه که فقط نشان دهنده یک عنوان است.

ب. **نکات اصــلی:** نکات اصــلی اندیشــه‌های مهم یا گروههایی از معنی هســتند که بر روی هم تز اصلی را تشکیل میدهند.

ج. **جزئیات:** جزئیات جزئیات یا اطلاعات جزیی عبارتند از اطلاعات ،واقعی تصــاویر و مثالهایی که حامی و توضیح دهنده نکات اصلی هستند.

برای مثال در یک فصل:

الف - برای پیدا کردن **نکات اصلی** دقت کنید که جملات موضوعی[1] یا جملات اصلی هر پاراگراف چگونه پاراگرافها را به هم متصل می سازند. وقتی پاراگرافی را می خوانید که یک موضوع تازه را مورد بحث قرار میدهد، معمولاً یک نکته اصلی جدید معرفی می شود. حروفی که درشت و سیاه تر از متن چاپ شدهاند و عنوانهای فرعی اغلب حاکی از این تغییرات هستند.

ب- تز اصلی، معمولاً به وسیله مؤلف به طور مستقیم بیان نمی شود، ولی ترکیبی از عناصر اساسی مربوط به نکات اصلی به کمک هم این تز را روش می کنند.

پ - هر نوع مطلبی شامل تعدادی **جزئیات** است. تعیین اینکه خواننده چه مقدار به جزئیات بپردازد بر حسب هدف خواننده از مطالعه و نیازهای علمی او فرق میکند در بسیاری موارد اهمیت این جزئیات فقط در کمکی که آنها به روشن شدن نکات اصلی برای درک تز اصلی می‌کنند نهفته است.

۲. **علامت گذاری و حاشیه نویسی:** علامت گذاری و حاشیه نویسی روشی است که به وسیله آن با علامت گذاردن و نوشتن رمزها و نشانه ها بر روی مطالب کتاب ساختمان مطالب را میشود مشخص کرد. این روش همچنین شامل نوشتن حواشی است که بدان وسیله تداعیها انتقادها و سؤالات شما مشخص میشوند.

أ. دور **تز اصلی** خط بکشید

ب. نکات اصلی را در داخل **[کروشه]** قرار دهید

ج. زیر **جزئیات مهم** خط بکشید

د. در حاشیه تداعی‌ها، انتقادات و سوالات خود را بر اساس مطالعات و تجربیات قبلی خود بنویسید.

۳. **خلاصه کردن:** مروری از مطالبی است که خوانده شده است.

أ. یک خلاصه نه تنها باید شامل نکات اصلی باشد بلکه باید **بیان کننده روابط میان نکات اصلی و دلایل مؤلف در مورد ارتباط دادن این نکات** باشد و به طور منطقی نکات اصلی را به تز اصلی ربط دهد.

ب. اهداف خلاصه نویسی:

- آنها نوعی وارسی از درک و فهم شما هستند.
- آنها کار مرور کردن را آسان می سازند.
- آنها نگهداری مطالب را در حافظه تقویت میکنند. شواهد نشان میدهند که یادآوری مطالب پس از یک مدت طولانی، بدون خلاصه کردن گاه به گاهی آنها میسر نیست.

ج. خلاصه ها را همیشه باید با کلمات و جملات خودتان بنویسید. اگر نمی توانید مطالبی را که خوانده اید به زبان خود بیان کنید، به احتمال قوی آن را خوب نفهمیده‌اید.

---

[1] جملات موضوعی جملاتی هستند که مفهوم کلی یک پاراگراف را یکجا خلاصه می کنند و اغلب در اول پاراگراف و گاه در آخر آن می آیند

۴. مرور اجمالی قبل از مباحثه

قبل از شـروع مباحثه به مدت ۳ الی ۵ دقیقه مطالبی که خوانده‌اید را مرور کنید. با این کار بدون این که به متن مراجعه کنید می‌توانید بحث را ارائه دهید. البته خلاصه نویسی قبل از مباحثه به انجام این کار کمک فراوانی می‌کند. بعد از مباحثه اگر نکتهٔ جدیدی به دست آوردید بایستی به نوشتهٔ خلاصه خود اضافه کنید.

مطالعهٔ دوره‌ای

مهمترین عامل در چگونگی مرور، رعایت زمان بندی آن اســت. برای مثال، گیاهی تزیینی را تصــور کنید که در گلدان زیبایی قرار دارد. آیا با یک آبیاری، ریشه های این گیاه می تواند برای همیشه از مخزن گلدان خود تغذیه کند؟ مطمئنّاً خیر؛ بلکه باید مثلاً هر ۳ روز یکبار به این گیاه آب داده شــود؛ زیرا با هر بار آبیاری، نفوذ آب در خاک تا ۳ روز می تولند جواب‌گوی گیاه باشـــد و اگر آبیاری مرتب صــورت نگیرد، شـــاهد پژمردگی روز به روز آن گیاه زیبا خواهیم بود. **ذهن انســان هم نیاز به آبیاری منظم و مستمر دارد و با یکبار مطالعه، تا زمان بســیار اندکی ذهن می تواند از اطلاعات ورودی استفاده کند. اگر این اطلاعات ورودی را رها کنیم، پژمردگی ذهن و فراموشی مطالب، تنها نتیجه ممکن خواهد بود. لذا گفته شده است که :**

اَلدَرْسُ حَرْفٌ وَ التَکرارُ أَلْفٌ

قواعد مرور:

طبق منحنی فراموشی، پس از گذشت ۲۴ ساعت از زمان مطالعه، ۷۰ درصد از محتوای خوانده شده فراموش می شود. این نقطه به «**قله فراموشی**» معروف است.

پس حتماً باید مطالب خوانده شده را یک روز بعد از مطالعه، دوباره مرورکرد تا پایداری مطالب حفظ شود.

به جدول زیر دقّت کنید:

نوع مرور	شمارهٔ مرور	زمان مرور	مدّت پایداری اطلاعات
الزامی	۱	۱ روز پس از مطالعه	۱۰ روز
	۲	۱۰ روز بعد از مرور اوّل	۱ ماه
	۳	۱ ماه بعد از مرور دوم	۴ ماه
	۴	۴ ماه بعد از مرور سوم	۱ سال
اختیاری	۵	۱ سال بعد از مرور چهارم	۲ سال
	۶	۲ سال بعد از مرور پنجم	۵ سال
	۷	۵ سال بعد از مرور ششم	۱۰ سال
	۸	۱۰ سال بعد از مرور هفتم	۲۰ سال
	۹	۲۰ سال بعد از مرور هشتم	۸۰ سال

در بخش مرور الزامی، چهار مرور منظّم زمان بندی شده خواهیم داشت.

مرور اوّل :که یک روز پس از مطالعه خواهد بود، باعث میشــود قشــر خاکســتری مغز فعّال شــود و محتوای مطالعه شده تا ۱۰ روز در حافظه دوام یابد.

مرور دوم: ۱۰ روز بعد از مرور اوّل خواهد بود تا مطالب خوانده شــده، به مدّت یک ماه دیگر پایداری خود را حفظ نماید.

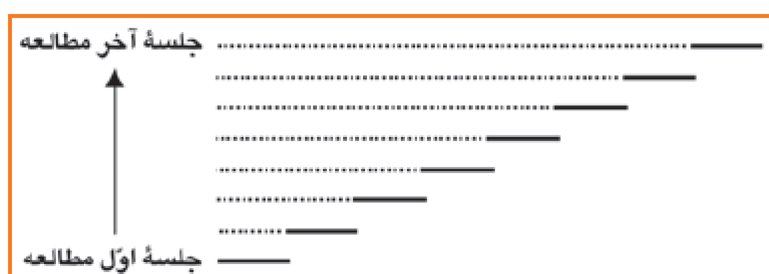
مرور سوم: یک ماه پس از مرور دوم .

مرور چهارم: چهار ماه پس از مرور سوم خواهد بود. مرور چهارم باعث می شود یادآوری تمامی اطّلاعات تا یک سال بعد از آن به راحتی انجام شود.

بخش مرور اختیاری، برای افرادی اســت که تمایل به اســتمرار طولانی مدّت و پایداری همیشــگی شااطّلاعات در حافظهٔ بلند مدّت خود دارند.

تکنیک انباشتی تکراری:

هر گاه قصد کردید مطالعه درس جدیدی را شروع کنید، حتماً در ابتدا دروس گذشته را سریع مرور کنید. طبق تکنیک انباشتی تکراری، مطالعه دروس باید مانند غذا خوردن به صورت لقمه لقمه باشد تا حافظه انسان، لحظه به لحظه در وظیفه خود موفّق تر و دقیق تر عمل کند.



خطوط پُررنگ، نشـانگر زمان مطالعه اسـت و خطوط نقطه چین، مرور دروس گذشـته را نشـان می دهد. در این شیوه، پایداری اطّلاعات، مرحله به مرحله افزایش می یابد و آرام آرام ذهن ما انباشـته از اطّلاعاتِ ناب و همیشـه در دسترس می شود.

البتّه زمان مرور دروس گذشته، همواره بسیار کوتاه است و از ۱۰ دقیقه تجاوز نمی‌کند. مرور باید سریع، دقیق و با هدف تداعی مطالب مطالعه شدهٔ گذشته انجام شود. این یک تکنیک عملی برای تداوم مرور است.

منابع:

۱. روش‌های یادگیری و مطالعه، دکتر سیف، نشر دوران
۲. چگونه مطالعه کنیم ، محمود مقدمی، نشر جامعه القرآن الکریم
۳. جزوه حرفه‌ای ها چطور کتاب می‌خوانند، معاونت پژوهش حوزه علمیه قم
۴. جزوه تکنیک‌های مرور، معاونت پژوهش حوزه علمیه قم